



Sabine Höflich

Pädagogische Hochschule Niederösterreich, Campus Baden

## Trauma

DOI: <https://doi.org/10.53349/schuleverantworten.2024.i3.a461>

**Trauma**, *das*. Substantiv, neutrum

Der Begriff *Trauma* stammt aus dem Griechischen und bedeutet Wunde oder Verletzung. Der Begriff Psychotrauma weist auf eine psychische Ausnahmesituation hin. Das Erleben einer ausweglos wirkenden Situation, in der das eigene Leben oder jenes einer geliebten Person in Gefahr scheint, kann traumatisierend wirken, wenn keine Handlungs- und Bewältigungsstrategien zur Verfügung stehen, und das Leben seitdem als nachhaltig zum Schlechteren verändert wahrgenommen wird. Das subjektive Erleben der betroffenen Person spielt dabei die zentrale Rolle.

Gefühle von Angst, Ohnmacht und völliger Hilflosigkeit treten in der traumatisierenden Situation auf. Diese kann von Menschen (man-made-disaster) oder auch aufgrund von Naturereignissen ausgelöst werden. Belastungssituationen können einmalig (Typ I) oder unscheinbar beginnend, sich steigernd und langandauernd (Typ II) sein. Bei Erleben mehrerer traumatischer Ereignisse über einen längeren Zeitraum hinweg, wird von sequenzieller Traumatisierung gesprochen.

### Literaturverzeichnis

Kühn, M., & Bialek, J. (2017). *Fremd und kein Zuhause. Traumapädagogische Arbeit mit Flüchtlingskindern*. V&R.

## Autorin

**Sabine Höflich**, Mag. Dr.

Hochschullehrende an der Pädagogischen Hochschule Niederösterreich, zuvor Volks- und Sonderschul- sowie Ausbildungslehrerin, Arbeitsschwerpunkte: Diversität und Inklusion; Publikationen in den Bereichen Resilienz, Traumapädagogik, Autismus und Pädagogisch-praktische Studien.

Kontakt: [sabine.hoeflich@ph-noe.ac.at](mailto:sabine.hoeflich@ph-noe.ac.at)